

# 4月分学校給食予定献立表

令和6年度

山梨県立やまびこ支援学校

| 日  | 曜日 | 献立名             |   |   | 食品の種類とはたらき  |   |                   | エネルギー |
|----|----|-----------------|---|---|---|---|-------------------|-------|
|    |    | 主食              | 副食                                      | 牛乳                                      | あか  | きいろ   | みどり               |       |
|    |    |                 |   |   | 血や肉になるもの  | 力や熱になるもの  | 体の調子をととのえるもの      |       |
| 10 | 水  | ポークカレーライス       | コールスローサラダ<br>フルーツ和え                     | ○ 豚肉<br>ピーンズミックス<br>ハム 牛乳               | 米 麦 じゃがいも 油<br>カレールウ カレー粉 セリー<br>ケチャップ ソース ドレッシング                       | 玉ねぎ 人参 キャベツ<br>コーン ミカン缶 パイン缶<br>洋ナシ缶                            | 780<br>kcal       |       |
| 11 | 木  | 肉丼              | わかめサラダ<br>みそ汁<br>オレンジ                   | ○ 豚肉 ツナフレーク<br>油揚げ みそ わかめ<br>牛乳         | 米 麦 しらたき<br>油 砂糖 みりん<br>ドレッシング  | 人参 ネギ しめじ グリンピース<br>玉ネギ 黄ピーマン キャベツ<br>きゅうり オレンジ                 | 690<br>kcal       |       |
| 12 | 金  | ハンバーガー          | 野菜のマリネ<br>きゃべつスープ<br>ヨーグルト和え            | ○ ハンバーグ ツナ<br>ベーコン ヨーグルト<br>牛乳          | パン 油 ソース<br>ケチャップ<br>コンソメ 酢 砂糖  | キャベツ 玉ねぎ 黄ピーマン ブロッコリー<br>赤ピーマン レモン汁 グリーンピース<br>竹の子 いちご 黄桃缶 パイン缶 | 680<br>kcal       |       |
| 15 | 月  | オムライス           | 花野菜サラダ<br>春雨スープ<br>チーズ                  | ○ 鶏肉 卵<br>牛乳 チーズ                        | 米 油 ケチャップ ごま油<br>マヨネーズ ドレッシング ごま<br>春雨 中華だし コンソメ                        | ミックスベジタブル 玉ねぎ<br>きゅうり ブロッコリー なら<br>カリフラワー ネギ きくらげ               | 850<br>kcal       |       |
| 16 | 火  | 麦ごはん            | 酢豚<br>おかか和え<br>すまし汁 ヨーグルト               | ○ 豚肉 かまぼこ あさり<br>かつおぶし<br>ヨーグルト 牛乳      | 米 麦 油 じゃがいも<br>片栗粉 中華だし 酢<br>ケチャップ ごま油 麩                                | ニンニク 生姜 玉ねぎ 人参<br>竹の子 ビーマン ほうれん草<br>大根 小松菜 きくらげ                 | 790<br>kcal       |       |
| 17 | 水  | 食パン<br>ジャム      | マカロニグラタン<br>野菜サラダ<br>海藻スープ 甘夏           | ○ えび 鶏肉 海藻ミックス<br>かにかま チーズ<br>牛乳        | 食パン ジャム ドレッシング<br>マカロニ 油 パン粉<br>コンソメ ベシャメルソース                           | 玉ねぎ アスパラ キャベツ<br>ブロッコリー 赤ピーマン ヤングコーン<br>コーン 甘夏 マッシュルーム          | 740<br>kcal       |       |
| 18 | 木  | 麦ごはん<br>ふりかけ    | さば醤油麹焼き<br>ひじきの炒り煮<br>さつま汁 オレンジ         | ○ 鯖 ひじき 油揚げ<br>竹輪 豚肉 みそ<br>牛乳           | 米 麦 こんにやく<br>油 さつまいも 砂糖<br>みりん 里芋 ふりかけ                                  | 人参 大根 ねぎ<br>スナックエンドウ オレンジ                                       | 750<br>kcal       |       |
| 19 | 金  | ミートソース<br>スパゲティ | ブロッコリーのナッツ和え<br>いちご蒸しパン                 | ○ 豚肉 チーズ かまぼこ<br>牛乳                     | スパゲティ ホットケーキミックス<br>アーモンド オリーブ油 砂糖 コンソメ<br>ケチャップ ビーナッツ ソース コンソメ パウ<br>ダ | セロリー 人参 玉ねぎ にんにく<br>マッシュルーム トマト ブロッコリー<br>キャベツ さやいんげん いちごピューレ   | 810<br>kcal       |       |
| 22 | 月  | 麦ごはん            | ハンバーグデミソース<br>海藻サラダ<br>ふわふわチーズスープ パイン   | ○ ハンバーグ 海藻ミックス<br>ハム ウィンナー<br>卵 粉チーズ 牛乳 | 米 麦 バター ソース<br>ケチャップ ビーフシチュールウ<br>ドレッシング パン粉 コンソメ                       | たまねぎ しめじ マッシュルーム<br>キャベツ ヤングコーン<br>パイン                          | 710<br>kcal       |       |
| 23 | 火  | 麦ごはん            | 麻婆春雨<br>チヂミ 竹の子スープ<br>アーモンドフィッシュ        | ○ 豚肉 いか 小魚<br>卵 牛乳                      | 米 麦 春雨 麻婆豆腐の素<br>ごま油 豆板醤 小麦粉<br>油 酒 アーモンド                               | チンゲン菜 人参 きくらげ<br>ビーマン 玉ねぎ 竹の子 しょうが<br>干し椎茸 ネギ なら                | 660<br>kcal       |       |
| 24 | 水  | ラーメン            | 多菜包子<br>キャベツの胡麻和え<br>杏仁豆腐               | ○ 焼き豚 多菜包子<br>かまぼこ<br>牛乳                | 中華麺 ごま 中華だし<br>砂糖 杏仁豆腐  | 人参 もやし 白菜 しなちく<br>コーン ねぎ キャベツ パイン缶<br>えのき しめじ 黄桃缶 ミカン缶          | 830<br>kcal       |       |
| 26 | 金  | 麦ごはん            | 鶏肉のから揚げ<br>ツナサラダ 豆腐とトマトのスープ<br>フルーツカクテル | ○ 鶏肉 豆腐 ツナフレーク<br>牛乳                    | 米 麦 油 片栗粉<br>酒 ドレッシング 中華だし<br>サイダー セリー ごま油                              | ニンニク 生姜 キャベツ ブロッコリー<br>赤ピーマン ヤングコーン ミカン缶<br>玉ねぎ ねぎ トマト パナナ 白桃缶  | 800<br>kcal       |       |
| 30 | 火  | チャーハン           | 餃子<br>春雨の中華和え<br>中華スープ 黒糖ピーンズ           | ○ 豚肉 卵 餃子<br>わかめ 大豆<br>牛乳               | 米 油 春雨 黒糖<br>ドレッシング<br>中華だし   | 玉ねぎ 人参 ビーマン<br>しょうが きゅうり 人参<br>きくらげ チンゲン菜                       | 770<br>kcal       |       |
|    |    |                 |   |   |   |   | 平均<br>760<br>kcal |       |

食材料購入等の都合により献立名、材料等が変更になる場合があります。

以上13回

わたしは、栄養士の久保田です。

これから1年間、お子さんが健康やかに成長していくために、  
栄養バランスのよい給食を提供していきます。

毎日の生きた教材としての「学校給食」を通して、食育を  
学んでほしいと思います。ぜひ、ご家庭でも子ども  
たちと給食について話し合ってみてください。





# 4月 寄宿舍献立表

山梨県立やまびこ支援学校

|   | 8日(月)                                     | 9日(火)   | 10日(水)                                      | 11日(木)  | 12日(金)  |
|---|---|---|---|---|---|
| 朝 | <昼食><br>焼きそば<br>マカロニサラダ<br>コンソメスープ<br>バナナ | ご飯<br>みそしる<br>肉団子<br>かぼちゃの煮物<br>漬物            | ごはん<br>みそ汁<br>玉子焼き<br>マヨネーズ和え ふりかけ<br>ヤクルト  | パン<br>野菜スープ<br>ウインナー<br>ドレッシング和え<br>ヨーグルト               | ごはん<br>みそしる<br>さば塩麹焼き<br>もやしのカレーソテー<br>焼き海苔 ヤクルト    |
| 夕 | ごはん<br>魚のマヨネーズ焼き<br>竹の子の煮物<br>みそ汁<br>ジョア  | ごはん<br>とんかつ<br>五目きんぴら<br>すまし汁<br>パイナップル       | 三色丼<br>豆腐ハンバーグ<br>きくらげスープ<br>いちごゼリー<br>0    | ご飯<br>鮭の黄身焼<br>豆腐のみそかけ<br>トマトスープ<br>甘夏                  | <9日昼><br>チャーハン ニラ玉あんかけ<br>シューマイ<br>ザーサイスープ<br>ヨーグルト |
|   | 15日(月)                                    | 16日(火)  | 17日(水)                                      | 18日(木)  | 19日(金)  |
| 朝 |   | ご飯<br>みそしる<br>納豆 焼き海苔<br>コーンときのこソテー<br>きゅうりもみ | ご飯 みそ汁<br>チキンのオープン焼き<br>大根の煮つけ<br>ふりかけ      | パン ジャム<br>コンソメスープ<br>目玉焼き<br>野菜のツナ和え<br>ジョア             | ごはん<br>みそしる<br>鮭の粕漬焼<br>もやし炒め<br>オクラのおかか和え          |
| 夕 | ごはん<br>すき焼き風に<br>きゃべつのお浸し<br>若竹汁          | イカたらこスパゲティ<br>ポトフ<br>グリーンサラダ<br>バナナ           | ご飯<br>さばの味噌煮<br>白菜と豚肉の煮物<br>コンソメスープ<br>ヤクルト | グリーンピースご飯<br>グリルチキン玉ねぎソース<br>ジャーマンポテト<br>みそしる<br>パイナップル |   |
|   | 22日(月)                                    | 23日(火)  | 24日(水)                                      | 25日(木)  | 26日(金)  |
| 朝 |   | パン<br>野菜スープ<br>トマトオムレツ<br>かにかまサラダ             | ご飯<br>納豆 焼き海苔<br>里芋の煮物<br>きゅうちゃん漬け<br>オレンジ  | 学校創立記念日   |   |
| 夕 | ご飯<br>煮魚<br>アサリとポテトの炒め物<br>けんちん汁<br>バナナ   | キーマカレーライス<br>ゆでたまご<br>野菜サラダ<br>キノコスープ         |   |   |   |
|   | 29日(月)                                    | 30日(火)  | 日(水)  | 日(木)  | 日(金)  |
| 朝 | 昭和の日                                      |   |   |   |   |
| 夕 |   | ごはん<br>とろあじの甘塩焼き<br>五目きんぴら<br>みそ汁<br>バナナ      |   |   |   |